



## La nostra pelle ha bisogno di olio

Durante il periodo estivo a causa dei continui sbalzi di temperature e il sole, la pelle si stressa più facilmente e ha bisogno di maggiore idratazione. Ha bisogno cioè di molta acqua, ma anche oli e impacchi a base di prodotti naturali che nutrono in profondità ridando morbidezza e compattezza. Vediamo alcuni metodi naturali per idratare la pelle rendendola più morbida ed elastica. Nutrire e idratare la pelle in profondità con olio e miele per un aspetto più sano e luminoso.

Il miele è uno dei prodotti naturali più utilizzata per nutrire in profondità e ridare lucentezza sia ai capelli che alla pelle. Ci sono numerosi impacchi di bellezza che si possono preparare in casa utilizzando ingredienti al 100% naturali. Se unito con l'olio di oliva il miele svolge un'azione portentosa per la pelle ridandole una nuova lucentezza. Mescolare il miele e l'olio di oliva insieme aggiungendo qualche goccia di limone. Se si preferisce meno denso diluire con un po' di acqua naturale e stendere sulla pelle massaggiando dolcemente. Lasciare in posa circa venti minuti e lavare via con l'acqua corrente. Da provare anche l'impacco di miele con l'olio di mandorle per un'azione anti età che aiuta a idratare la pelle in profondità. Due o tre volte a settimana dopo la doccia applicare sulla pelle ancora umida e massaggiare dolcemente stimolando la circolazione. Ottimo anche sulla pelle del viso per mantenere un aspetto sano e idratato. Inoltre, l'olio di mandorla è un valido alleato contro l'invecchiamento e aiuta ad attenuare le rughe sottili intorno gli occhi e le labbra, oltre che le smagliature.

FONTE: DONNA GLAMOUR